



稲毛いきいきだより

”仲間作り”と”介護予防”で、シニアの元気を応援します!!

令和7年 **5月号** ご自由にお持ちください。

当プラザは、60歳以上の方がご利用できる施設です。



講演会

フォークソングで介護予防

- 日時 5月24日(土)13:30~15:30
- 定員 先着100人
- 対象 市内在住60歳以上の方
- 申込 5/1(木)9:30から電話のみ受付
5/2(金)以降は窓口・電話FAXにて受付



毎年好評の **grass sound** (グラスサウンド) によるギターの生演奏をお届けします!!

短期講座

京都学講座 ~知られざる京都の魅力を学ぶ~

- 日時 6月9日・23日・30日・7月14日(全月曜日) 14:30~16:30
- 定員 20人 *応募者多数の場合、抽選【抽選日5/20(火)】
- 申込 5/12(月)~18日(日)まで窓口・電話FAXにて受付

幕末の京都を楽しく学べる
4日間講座です!!



短期講座

からだスッキリ体操

- 日時 6月28日・7月12日・26日・8月9日(全土曜日) 12:00~14:00
- 定員 20人 *応募者多数の場合、抽選【抽選日5/20(火)】
- 申込 5/12(月)~18日(日)まで窓口・電話FAXにて受付

『気功体験&リズム体操』
で筋力・体力を増強!!



短期講座

たのしい漢字講座

- 日時 6月15日・29日・7月6日・20日(全日曜日) 14:30~16:30
- 定員 20人 *応募者多数の場合、抽選【抽選日5/20(火)】
- 申込 5/12(月)~18日(日)まで窓口・電話FAXにて受付

『漢字』の生い立ちから楽しく学べる
4日間講座です!!



世代間

認知症サポーター養成講座

- 日時 5月30日(金)10:00~11:30
- 定員 先着20人
- 対象 市内在住20歳以上の方
- 申込 5/1(木)9:30から電話・窓口・FAX



主な内容

- ★認知症の症状・予防
- ★認知症の人と接するときの対応
- ★認知症サポーターとは



歌声ひろば

『いなげ Fun-Fun 歌声ひろば』

ファンファン

- 日時 5月15日(木) 10:45~11:45
- *次回以降 6/19・7/17・8/21

■申込不要 直接、集会室へ!

ギターの生伴奏による歌声ひろば!
毎月第3木曜日! 懐かしい歌あり!



映画上映会

■申込不要 直接、教養娯楽室へ!

『ゆずり葉の頃』(2014年作品)

■日時 5月4日(日)9:30~11:30

『午後の遺言状』(1995年作品)

■日時 5月25日(日)9:30~11:30

～ご案内～

個人開放日

	麻雀		囲碁将棋	カラオケ		麻雀		囲碁将棋	カラオケ
	研修室	作業室	教養娯楽室	集会室		研修室	作業室	教養娯楽室	集会室
5/1(木)	×	×	○14:30～	○14:30～	5/17(土)	○14:30～	○14:30	○14:30～	○
5/2(金)	×	○14:30～	○	×	5/18(日)	○	○14:30	○	○12:00～
5/3(土)	○14:30～	○	○14:30～	○	5/19(月)	×	×	○14:30～	×
5/4(日)	○	○14:30～	○	○12:00～	5/20(火)	○14:30～	×	×	○14:30～
5/5(月)	×	×	○14:30～	×	5/21(水)	×	×	○	×
5/6(火)	○14:30～	×	○	○14:30～	5/22(木)	×	×	○	×
5/7(水)	×	×	○	×	5/23(金)	○14:30～	×	×	×
5/8(木)	○14:30～	×	○	×	5/24(土)	○14:30～	○14:30～	×	×
5/9(金)	○14:30～	×	×	×	5/25(日)	○	○14:30～	○	○12:00～
5/10(土)	○	○14:30～	×	○	5/26(月)	○14:30～	○14:30～	×	×
5/11(日)	○	○14:30～	○	○12:00～	5/27(火)	×	○14:30～	○	○14:30～
5/12(月)	○14:30～	○14:30～	×	×	5/28(水)	×	×	×	○14:30～
5/13(火)	×	○14:30～	×	○14:30～	5/29(木)	○	○	○14:30～	○14:30～
5/14(水)	×	×	×	○14:30～	5/30(金)	○	○	○	○9:00～
5/15(木)	×	×	○	○14:30～	5/31(土)	○	○14:30～	○	○
5/16(金)	×	○14:30～	○	×					

※○は13:00～17:15

◆健康相談のご案内◆

健康や身体、こころの不安等について、当プラザ看護師が相談をお受けします。

■時間 10:00-12:00 13:00-16:00

※上記のうちで約30分程度

■申込 電話または窓口で受付

■費用 無料

※なるべく事前に予約していただきますと

お待ちしております。

※相談をお受けできない日時もございます。

◎こんな方にお勧めです。

- ・心配な事を話したい方
- ・不安な事を聞いてほしい方

◎利用された方の声です。

- ・心配な事を話せて安心しました。
- ・看護師に相談出来るのはありがたい。



発行

社会福祉法人 千葉市社会福祉協議会 施設福祉部門

千葉市稲毛いきいきプラザ

〒263-0031 千葉市稲毛区稲毛東6-19-1 ※右図参照

電話 043-242-8005 FAX 043-242-8175

■開館時間 9:00～17:15(土日・祝も開館)

■休館日 年中無休(年末年始を除く)

■交通案内 JR稲毛駅から徒歩12分 京成稲毛駅から徒歩10分

■ご来館の際、ご本人確認(運転免許証など)をご提示ください。

社協が運営しています!!



ホームページはこちら!!

稲毛区版X(旧ツイッター)

右のQRコードを
スマホ等で読み
取って下さい。

